

# ВОЛЫНСКОЕ СЛОВО

ЦѢНА ОБЪЯВЛЕНІЙ: в сл. польск. Строка миллиметровая впереди текста 30 гр. посреди текста 70 гр. позади текста 20 гр. Страница объявл. заним 10 стр. Заграничн. на 50% дороже. За несвоевременное печатаніе объявленій администрація не отвѣчает. ПОДПИСНАЯ ЦѢНА: 1 мѣс. 2 зл. 20 гр. 3 мѣс. 5 зл. 30 гр. 6 мѣс. 10 зл. 100 гр. 1 год 20 зл. 1000 гр.

Адм. редакція и администрація: Ровно ул. Галера № 6 тел. 88 Текущій счет в Р. К. О. в Варшавѣ № 80.695.

Руководителем не подписывается  
Ген. гор. прикметы: 12-3 дн

Ежедневная общественная, литературная и экономическая газета

Содержит: 1-й ч. дн и 2-й  
ожидание, кроме праздн.

Ровно — Ковель — Владимир-Вол. — Дубно — Сарны — Барановичи — Острог — Корец — Здолбунов.

## СОЛИДНЫЕ КУПЦЫ

которые заботятся о здоровьи своих клиентов долж-  
ны покупать только чистое



растительное масло  
SOYA-MASŁO

дважды рафинированное в Польшѣ не содержащее  
жировых кислот.

**Предостереженіе** Несolidные купцы привозят  
из за границы для экономіи  
в расходах техническое „масло соя“ кото-  
рое не достаточной степени рафиниро-  
вано содержит не меньше 3% жи-  
слов и продают его, как расти-  
кир. Как сѣдобное средство этот  
жир — яд для организма.

в бочках по 180 килгр. и в же-  
16, 10 и 5 килгр. у фирмы

KOLON, DANZIG LANGGASSE 67.

представитель которой

KOLON, Danzig Hundegasse 12.

The Anglo-Asiatic Co. Ltd. London

Требуйте ШОКОЛАД и КАКАО

# ANGLAS

самые лучшие по вкусу

Представитель на Волыньское и Люблинское воеводства, фирма  
KOLON, DANZIG HUNDEGASSE 12, tel. 80-12

POLSKIE FABRYKI MASZYN I WAGONÓW

## L. Zieleniewski S.A.

FABRYKA LWOWSKA

Lwów, Sw. Marcina, 11 tel. 782

CENTRALNE OGRZEWANIE WODNE, PAROWE:

Kotły parowe	Odlewy maszynowe	Pralnie mechaniczne	Кіегаго rodzaju
Zbiorniki boilers	mosiężne i brązowe	Motory ropne do 50 K. M.	aparatu gorzelniane
Transmisje	handlowe	Diesla	Wyroby z miedzi kutej
Konstrukcje żelazne	Wiertarki ręczne szlifierki	pompy kompresory wszel-	Remonty maszyn
		„ motorów	

Naprawy kotłów sposobem elektrycznego spawania i nakładania

Specjalność: tryby dla samochodów i dla stawideł motorów spalinowych.

Принимаем  
заказы на ПОРТРЕТЫ

с натуры, фотографіи, масляными красками, пастелью  
темперой и др.; наивысшее рисование красками,  
„рельеф“ и французскими (можно стирать) на матеріях,  
платках, туфлях и т. п. Плакаты, декорации и др. худо-  
жественныя работы

Художница НАДЕЖДА МАЛИНОВСКАЯ, Grabnik, domy Urzędnicze 2



Реформатскія ПИЛЮЛИ „МОНАХ“  
о маркой (zakonnik)  
извѣстны с 1602 г.

Регулируют желудок, предохраняют от ревматизма, стра-  
даній печени, чрезмѣрной полноты, приливов крови к голо-  
ву, успокаивают геморрой, очищают кровь и при скло-  
ности и заговорах являются спокойным слабительным сред-  
ством. Принимать 1—2 пилюли на ночь.

Цѣна коробки 1 зл. 35 гр. издѣлія аптеки  
KARCZEWSKI-TUSZYŃSKI, Warszawa, Trębacka 4  
Требовать в аптеках и аптекарск. склад. с „zakonnikiem“.

Доводится до свѣдѣнія почт.  
публики, что по ул 3-го Мая 214

открыта ГОСТИНИЦА

## „БЕЛЬ-ВЬЮ“

в которой всегда имѣются чи-  
стыя, теплыя комнаты

ПО НЕДОРОГИМ ЦѢНАМ



Śniegowce i Kalosze  
Tretorn

## Gabryel Stark

Lwów, pl. Mariacki 12

## SULFOCOL

## „LAOKOON“

leczy skutecznie kaszel, chrypkę,  
katary dróg oddechowych.  
Odrzucać naśladowictwa!

Do nabycia w Aptekach.

Техническая мастерская  
Ивана Загоруйко

АДРЕС 3-ГО МАЯ 46 а

ПРИНИМАЕТ ВСЕВОЗМОЖНЫЯ РАБОТЫ  
Починку швейных и лишивших машин  
ВЕЛОСИПЕДОВ, МОТОЦИКЛЕТОВ  
технически — механические инструменты  
Солідное и скорое исполненіе

A SŁOWAK, Lwów, Sykstuska 9,

TELEFON 21-96.

Перворазрядный салон мужских мод

принимает заказы из матеріалов собственного  
склада либо от заказчиков

по доступным цѣнам

Рекомендует свой склад, богато снабженный мѣст-  
ными и заграничными матерьями.



# Телеграммы

## Ликвидация революции в Португалии.

ПАРИЖ 14. II Наступила полная ликвидация португальской революции, субсидируемой Москвой в размере 665 тыс. рублей золотом. Главный организатор революции в Лиссабоне — Рейс был убит бомбой, брошенной с самолета. Арестованные в Опорте революционеры — ген. Суза, полковник Перейра, 50 офицеров и 80 солдат — доставлены в Лиссабон, где предстанут перед военно-полевым судом. Во время боев убито было 678 чел. и тяжело ранено 2837 чел. Вся власть в Португалии находится опять в руках военного диктатора ген. Кармона.

## Антипольская демонстрация в Минске

ВИЛЬНО 14. II Сюда сообщают из Минска, что там состоялся грандиозный митинг протеста против выдачи Польским Сеймом прокуратору бйорусских депутатов. На митинге выступали Калинин, Каханович — быв. депутат Польского Сейма и начальник минского ГПУ. Пострейтер. По окончании речей ораторов, торжественно были разбиты бюсты маршала Пилсудского и английского короля, порваны Польский и Английский флаги и наменная таблица с криками „Смерть польским буржуа! Долой польский террор! Война бйорой Польше!“ — продефилировала, с оркестром военной музыки, по главным улицам города.

## Украинский съезд в Ровно.

Недавно в Ровно состоялся всеукраинский культурно-просветительный съезд, на котором присутствовали представители Украины, Галиции, Холмщины и Полесья, в количестве 800 человек. Одним из главных вопросов — был, конечно, церковный вопрос. Лидер украинизаторов церкви д-р Ричинский выступил со своим проектом, одобренным съездом, который гласит: „В тех уездах, где нет еще легализованных церковных братств, необходимо немедленно приступить к открытию Уездных Церковных Комитетов при „Пресвітах“. На обязанности таких комитетов должно лежать руководство работой по украинизации

всех Православных церквей данного уезда; установление и поддержание связи с другими уездными комитетами с целью образования единой Волынской Церковной Рады, действующей в борьбе и отстаивании дела национальной украинской церкви, как одного из важнейших факторов просветительных и культурно-воспитательных основ украинского народа.“

Затем съезд постановил выслать в Митрополицию Дюньею специальную делегацию, которая должна ознакомить Владыку с постановлением съезда и довести до Его святейшества, что православное духовенство, в своем подавляющем большинстве, чинит все

препятствия в проведении украинизации церкви, защищая в ней „русский дух“, введенный русским правительством в церковь из политических соображений.

Делегация должна указать Владыке на губительность для Церкви этого „духа“ и на единственный способ спасти Православную Бйору — приближением церкви к народу, а не разрывом с церковью, конечно, путем все той же украинизации, а потому съезд требует: 1) Изменить на волынской кафедре (во Владимир-Волынский в Луцке и Кременце) — Епископов — украинцев. 2) Украинизировать кременецкую консисторию. 3) Отдать приказ по приходам, чтобы духовенство не имело права отказываться совершать Богослужения на украинском языке, если будет выражено прихотью такого рода желание. 4) Преподать Епископа полковника Александра Духовного Суду за „преследования“ священников-украинцев и всем уволенным священникам немедленно предоставить приходы.

5) Прекратить снабжение украинских приходов церковной литературой на славянском языке и немедленно приступить к изданию митрополического ефидиоза исключительно на украинском языке, как и к печатанию на том же языке всей церковной литературы.

6) Немедленно издать все учебники по Закону Божьему на украинском языке; снабдить ими все „повшехны“ и средние школы; уловить всех законоучителей, не могущих вести преподавание на украинском языке; объявить конкурсы для перевода учебников с русского языка на украинский, а так же для составления новых учебников в духе Украины.

7) Перучить воспитание и образование будущих священников

ков, находящихся ныне в Духовной Кременецкой Семинарии, исключительно украинскому педагогическому персоналу.

8) Организовать передвижные курсы украинской грамоты, украинского церковного пения и церковных правил, чтобы лекторы обходились, без всякого исключения, места Волыни, где только есть Православные храмы.

9) Новено избранный персоналом Митрополичьей комиссии по переводу богослужебных книг на украинский язык, ввиду того, что теперешняя показала себя не жизнеспособной. В первую очередь переводить на украинский язык Евангелие, Апостолов, и Требник.

10) Обратит внимание на то, что опубликованный Синодом „Statut Zasadniczy wewn. kanon. ustroju Polsk. Autokeph. Sm. Koscioła Praw.“ — является статутом противоканоническим, так как он исключает канонические права постановлений Поместного Собора; не допускает активной деятельности в церковном управлении мирян и дьячков, диаконов и священников, которые с самого начала украинской истории участвовали в управлении украинской церкви (?); вводит чисто монархический, „пресвятой дух“ в управление церкви, известный только еще

в римско-католической церкви. Ввиду всего вышеизложенного — съезд предлагает этот статут уничтожить и выбрать новый, который бы отвечал запросам, как духовным — так и каноническим. Пожелания или взыскания эти уже украинцы предстали и они будут разбираться на последней сессии Св. Синода, не будут ли удовлетворены или нет, конечно, еще неизвестно, хотя и не исключается возможность отказа, о чем украинская пресса, осторожно, предупреждает гл. украинизаторов, которые, какется, и сами надеются, что хватили „через край“.

На съезде говорилось также об устранении нежелательных священников, препятствующих украинизации и етотавлении славянской язык в Богослужении.

Все эти пагубные, для Православной Церкви, постановления надо думать найдут должную оценку, как среди мирян так и в Св. Синоде.

К этому вопросу мы вернемся в одном из ближайших номеров.

## Помните о безработных

## Местная жизнь.

Костопольцы у Митрополита.

Крестьянская делегация костопольского прихода была 10 февраля принята Митрополитом Дюньею и изложила ему просьбу всею, без исключения, крестьянства Костопольского уезда об оставлении Славянского Богослужения наго языка в костопольской церкви, которая по дошедшим

до них слухам, поддежала украинизации. Представленный при сем делегацией Митрополиту письменный наказ крестьян ходокам, покрытый подписями всего прихода убийды Владыку не допускать украинизации костопольской церкви.

Мельгунов в Ровно. В скором времени ожидается

## Живое начало пищи.

### ВИТАМИНЫ.

Ввиду огромного практического значения для читателей, редакция полностью помещает эту статью, появившуюся в одном из последних номеров „Возрождения“.

Развитие органической химии во второй половине 19 в. сделало возможным различать пищевые продукты на их простейшие составные элементы и позволяло подойти к разрешению вопроса о рациональном питании с помощью экспериментов над людьми и животными.

Анализ пищевых продуктов показал, что все они состоят из белков, жиров и углеводов с примесью различных солей. Работы Фейта и Рубнера установили, что для открытия своей потребности в энергии организм человека и животных может утилизировать как белки, так и углеводы и жиры, но что для поддержания равновесия необходимо определенное количество белковых веществ. Кроме этих трех основных элементов организму необходимы и различные соли, но в сравнительно небольшом количестве.

После ставших классическими работ Фейта и Рубнера никто не сомневался в том, что давая человеку пищу, содержащую необходимый минимум белков и солей и до-

ставляющую ему от 2.500 до 3.600 калорий, мы ему даем все необходимое и обеспечиваем ему сохранение здоровья. Но оказалось, что это еще не все, и что в некоторых случаях питание, теоретически вполне рациональное, оказывается недостаточным и вызывает разнообразные расстройства и иногда даже и смерть. Для сохранения здоровья необходимы еще какие-то элементы, содержащиеся в пищевых продуктах в ничтожных количествах и ускользавшие ранее от грубого химического анализа.

Элементы эти, открытые всего 15 лет тому назад, были названы Функом „витаминами“ (vita — жизнь), так как они представляют как бы живое начало пищи, и существование их тесно связано с сохранением свежести пищевых продуктов. Действительно, отличительной особенностью витаминов является их хрупкость: они разрушаются не только при кипячении и сушке, но даже при простом хранении пищевых продуктов при обычной температуре.

В настоящее время описано несколько витаминов, обозначаемых обычно буквами А, В, С и Д; в дальнейшем мы будем иметь в виду только первые три, так как четвертый, витамин Д, открытый

позже других, меньше изучен и играет меньшую биологическую роль.

Толчком к открытию витаминов послужило изучение берибери, заболевания, неизвестного в Европе, но весьма распространенного на Востоке — в Китае, Японии и Индии. Берибери, кроме общего упадка питания, сопровождается отеками и поражением нервной системы; развивается оно в местах, где основным питанием является рис. Известный нам в Европе белый рис становится белым после двойной очистки; на Востоке, кроме такого белого риса, употребляется также и т. н. „красный рис“ — полнотелый после первой очистки.

Хотя симптомы берибери были прекрасно описаны в китайской энциклопедии, относящейся к VII вeku, но при рода заболевания до последнего времени оставались совершенно темными: известно было только, что заболевает берибери только ялла, который питается белым рисом, и что употребление красного риса предохраняет от развития.

Выяснению причин берибери способствовали опыты на животных; Функ получил типичную картину этого заболевания у кур и голубей, давая им в пищу только очищенный рис; позднее Функ доказал, что не только кормление очищенным рисом, но и другими зернами (пшеницы

овса и т. д.), у которых бы снята верхняя оболочка зерна, также вызывает развитие берибери.

Таким образом, как клинические наблюдения, так и опыты над животными заставили признать, что в оболочке риса и других зерен (в т. н. отрубях) содержится какое-то вещество, отсутствие которого ведет к развитию берибери. Функ приготовил из отрубей риса, экстракт, применение которого в самых ничтожных количествах (1-2 миллиграмма в день) и было ему равно, предохраняло голубей от заболевания берибери. Больше того, — если голубю с тяжелыми симптомами берибери, уже наполнившему парализованному воспроизвести под кожу 5 миллиграммов этого экстракта, он оживал и через несколько часов становился неузнаваемым.

Действующее начало экстракта отрубей риса получило название витамина В.

Различные сорта темного хлеба содержат известную примесь отрубей, издавна считались хотя и больше „тяжелыми“, но за то и больше „питательными“, чем белый хлеб, приготовленный из лучших, наиболее тщательно очищенных сортов муки. Обычный химический анализ животных жирых — в масле, не давал удовлетворительных объяснений этому кажущемуся противоречию и только открытие витамина В выяснило, почему это так. При поедании хлеба снимается вер-

хний слой зерна, содержащий витамины; а оставшиеся центральные слои совершенно лишены их. Знаменитый физиолог Маженди уже давно предположил над собаками опыт, все значение которого стало ясно только теперь: если кормить собак одним черным хлебом, они преградно в них вянут, если же черным хлебом замешать бйбим, то через несколько десятков дней собаки гибнут.

Почти одновременно с витамином В был открыт витамин А. Американские физиологи, во время экспериментальных исследований на животных были поражены тем, что молодые животные, получавшие пищу, по количеству по составу вполне достаточную, при известных комбинациях пищевых продуктов развивались плохо. Больше подробное изучение таких парадоксальных случаев привело к заключению, что для растущего организма, кроме известных ранее элементов, необходим еще особый витамин, получивший название витамина А.

В противоположность витамину В, содержащемуся в продуктах растительного происхождения, витамин А встречается преимущественно в животных жирах — в масле, в богатых жирными веществами, печени и почках; особенно богат им рыбий жир.

Витамин А необходим не



ся приїзд в Варшаву известнаго русского ученаго П. Мельгунова, издающего теперь журнал „Борьба за Россию“.

Как нам удалось узнать П. Мельгунов собирается посетить, послѣ Варшавы, Вильно, Брест, Ровно, Львов, Гродно и другіе города Польши, гдѣ прочтет ряд интересных докладов на тему: „Россия в прошлом, настоящем и будущем“.

**Вал „Печатнаго Станка“.**  
В самом непродолжительном времени в Ровно состоится „Вал Печатнаго Станка“, устраиваемый Сюзом Типографских Работников, балый комитет котораго уже развил энергичную дѣятельность в области декорирования залы „Хасмонея“.

Розыгрыш 5 класса Государственной лотереи.

Главные выигрыши пади на № 7181—5000 zł.  
„ 39751—3000 zł.  
„ 46317—3000 zł.  
По 2000 zł., №№ 60951, 71123, 71847, 71448, 73116.

**Американская пенсия.**  
Так как на Волинии проживает много лиц имѣющих родственных в Америкѣ считае им пущимъ сообщать.

Американское правительство, послѣ окончания мировой войны, постановило выдавать пожизненную пенсію всѣм и валидам служившим в американской арміи; всѣм вдовам сиротам и всѣм родителям убитых, если эти родители жили на средства добытые войной. Срок на исхода тайствование пенсіи был установлен пятилѣтній, но ввиду того, что не всѣ еще успѣли воспользоваться им был преден еще на пять лѣтъ и истекает в 1929; посему американское правительство ставя об этом всѣх в извест-

ность, предлагает воспользоваться, заинтересованных в получении пенсіи, о сообщеніи о своих правах на такую пенсію: United States Veterans Bureau Washington.

**Сѣмьянная ярмарка.**

Волинское Земледѣльческое Товарищество устраивает 20, 21, 22 февраля в Луцкѣ (ул. Краснаго 5) большую сѣмьянную ярмарку. Во время ярмарки профессора г. г. Станислав, С. Бедипкий, Л. Добжанский прочтут популярныя лекціи по вопросам земледѣлія.

**Видѣніе.**

Приѣзжающіе из деревни Волошек крестьяне рассказывают слѣдующій странный случай, имѣвшій на дняхъ, мѣсто в одной крестьянской семьѣ. Двѣнадцатилѣтній мальчик, сын одного из тамошних крестьян, проснулся утром. Онъ мѣштин, каковым оставался в теченіи цѣлыхъ суток. Когда к мальчику возвратился дар слова, онъ рассказал, что во онъ ему явился ангел и сказал: „Передай всѣм, чтобы казались и слѣдовали Евангеліемъ Завѣтамъ, ибо приближается Суд Божій! Недалекъ день сошествія Огнителя на землю“. Мальчикъ страшно испугался, хотѣлъ крикнуть не сразу опомѣлся.

**Дамскіе вечера.**

С наступающей ореды правление Кресового Клуба вводит у себя спеціальныя „Дамскіе вечера“, гдѣ дамамъ общества будетъ предоставлена возможность в интимной обстановкѣ проводить пріятно время за игрой в домино, шахматы и карты. Эти вечера будутъ устраиваться еженедѣльно по средамъ с 7 ч. вечера.

**Вал Торговой Школы.**  
Родительскій комитет ре-

коменекой Торговой Школы устроит, в субботу 12 февраля в залах „Ренессанс“ бал в пользу недостаточных учащихся школы, прошедшій с большим матеріальным успѣхом. Было очень оживленно.

**Почтовые неперядки.**

Нами уже указывалось неоднократно на промажу на почтѣ газет. Теперь опять мы получаем из разныхъ кондов Польши жалобы от наших подписчиков на не доставку им нашей газеты, на что обращаемъ вниманіе почтовой конторы.

**Повышеніе в санѣ.**

В воскресенье в Кременці состоялся большое торжество по пожалованію вновь назначенному Ректору мѣстной Духовной Семинаріи—священнику Табискомому повышеніи в санъ протоіерея. Протоіерей Табиский является стережником украинизаціи Богослуженія в церквяхъ.

**ПРОИСШЕСТВІЯ**

**Снова Тайнственная личность.**  
Тайнственная личность, о которой сообщалось у нас в прошлом номерѣ, заставила любителей сильныхъ ощущений искать с ней встрѣчи. Одному из такихъ любителей, господину К-ому, посчастливилось имѣть удовольствіе, совершенно случайно, встрѣтитъ „привидѣніе“. Повидимому г. К-ский, какъ бывший офицеръ обладаетъ желѣзными нервами, большимъ самообладаніемъ, а главное—громаднымъ терпѣніемъ, такъ какъ нѣсколько ночей подряд сторожил на болотѣ появленіе „Тайнственной личности“ и все напрасно. Рѣшив в концѣ концов, что эта личность относится в разрядъ равныхъ „Черныхъ дамъ“—г. К. рѣшил, наконец, оставить свой наблюдательный пунктъ и предать забвѣ-

нію „плодъ болѣзней репортерской фантазіи“. Живя на улицѣ Коперника г. К., по роду своихъ занятій, возвращающагося домой приблизительно около часу ночи, такъ было и в субботу, г. К. шелъ домой, по всегда пустынной улицѣ, и вдругъ увидѣлъ темную фигуру приближающуюся к нему.

Замѣтивъ его, фигура эта новилась в нерѣшительности и потом, рѣзко повернувъ обратно,—быстро удаляясь в обратномъ направленіи. Почувствовав, что здѣсь, что-то не ладно г. К. прибавилъ шагъ, стараясь нагнать незнакомца, но всѣ старанія были напрасны: растояніе между ними не уменьшалось. Это еще больше подзадорило г. К. который бросился бѣжать в догонку удалявшемуся „привидѣнію“ и явно не желавшаго встрѣчи с людьми. Предполагая что и незнакомецъ начнетъ сейчасъ же бѣжать, г. К. сразу что называется — „пустился во весь дух“, но совершенно былъ собит с толку маневромъ преслѣдуемаго, который внезапно остановился, повернувшись лицомъ в преслѣдователя. Маневръ этотъ такъ ошеломилъ г. К., что онъ, помимо своего namѣренія, тоже, моментально, остановился, какъ будто передъ нимъ выросла не преодолимая преграда. Такое состояніе продолжалось нѣсколько минутъ, а можетъ быть секундъ, показывавшихся только г. К. столь долгими. Вдругъ раздавался голосъ незнакомца, не гласомъ какой-то странной: в немъ было что-то не естественное, смѣшанное, рѣзко психическое, дѣтское с металлическимъ отблескомъ. „Вы пробѣжали мимо моего дома. Вернитесь, чтобы не случилось чего плохого“—сказалъ незнакомецъ на польскомъ языкѣ. В этихъ словахъ чувствовалась такая повелительная нотка, что г. К. машинально повер-

Szykujcie się na wielki

**BAL MASKOWY**

PRACOWNIKÓW MIEJSKICH

нулъ обратно и какъ загипнотизированный пошелъ домой. До сихъ поръ онъ не можетъ себя обяснить какъ онъ попал в квартиру, не разбудивъ сожителя, чтобы тотъ открылъ ему дверь. Какъ в туманѣ ему вспоминается, но утверждать это г. К. не рѣшается, что будто бы когда онъ хотѣлъ постучать в окно своей комнаты, чтобы разбудить, спящаго товарища—с крыльца дома раздавался тотъ же странный голосъ: „Дверь уже открыта, можете войти“ и г. К. увидалъ опять быстро удалявшуюся темную фигуру. Утромъ на другой день сожитель г. К. проснувшись былъ страшно удивленъ присутствіемъ г. К. спящаго на полу одѣтымъ в пальто и шапкѣ. Осмотръ наружной двери и замка не помогли выяснить тайны происшесвенія г. К. в залетную квартиру, ключъ отъ которой лежалъ на столѣ ихъ комнаты, такъ какъ у сождей не другой комнаты тоже есть своей входной ключъ на случай возвращенія домой в разное время. Сождей же вернувшись домой только под утро с бала и зашли на двери два мѣльных престоика, которые и отерли. Кто ихъ нарисовалъ, конечно, неизвѣстно, но г. К. склоненъ предполагать, что это какой-либо кабалистическій знакъ таинственной фигуры, лица которой, и сомнѣніе, ему увидать не удалось.

**Помните о безработныхъ**

только растущему организму но и взрослому; отсутствіе его в пищѣ вызываетъ заобѣзьяніа, среди которыхъ нужно отмѣтить т. н. куриную слѣпоту. Лица, страдающія этимъ заобѣзьяніемъ, прекрасно видятъ днемъ, но с наступленіемъ сумерекъ почти совершенно теряютъ зрѣніе!

Любопытно, что лучшимъ средствомъ отъ куриной слѣпоты в деревняхъ считалось употребленіе печени курицы; примѣненіе именно печени являлось вѣдѣніемъ цѣлесообразнымъ такъ какъ печень содержитъ наибольшее количество витамина А стоитъ гораздо выше мышечной ткани и даже подкожнаго жира.

Открытіе третьяго витамина—С, выяснило причины еще одного заобѣзьяніа—цинги, природа котораго до послѣдняго времени оставалась загадочной, несмотря на то, что клиническая картина его была прекрасно изучена уже давно.

Наибольше богаты витаминомъ С растенія—овощи и фрукты, но онъ содержится также и в нѣкоторыхъ продуктахъ животнаго происхожденія—молокѣ, яйцахъ и т. д. Витаминъ С наибольшее крѣпкій изъ всѣхъ витаминовъ: при приготовленіи консервовъ онъ разрушается дѣйствиемъ, и даже при обычной варкѣ овощей и сушкѣ фруктовъ значительная часть его погибаетъ.

Во время послѣдней войны когда доставка на позиціи свѣжихъ продуктовъ бывала временами затруднена и солдаты приходились питаться

хлѣбомъ, мясными консервами и саломъ (не содержащимъ витаминовъ), наблюдались періоды цѣлыя эпидеміи цинги. Что причиной ея была не недостаточность питания в количественномъ отношеніи, а только отсутствіе свѣжихъ продуктовъ, это доказываетъ то обстоятельство, что цинготные солдаты обычно не были изкушавшими, а также и то, что развитіе цинги прекращалось, какъ только возобновлялся отпускъ картофеля и мяса.

Болѣзнь Барлова, наблюдаемая в дѣтскомъ возрастѣ, представляетъ изъ себя ни что иное, какъ разновидность цинги.

Развивается она обычно у дѣтей состоятельныхъ родителей, которымъ ихъ матери, в чрезвычайномъ страхѣ передъ инфекціей, даютъ тщательно прокипяченную, или даже простерилизованную пищу—кипяченое молоко, „лучше с орѣхами“ хорошо очищенную муку, различные питательныя препараты и т. д. Хотя такіа дѣти нѣрѣдко бывають не в мѣру упитанными, но имѣютъ болѣзненный видъ и отличаются склонностью къ пищеварительнымъ расстройствамъ. Чайная ложка лимоннаго или апельсиноваго сока приноситъ съ собой то „живое начало“, котораго не доставало в обильной, но слишкомъ очищенной, „обезвѣренной“ пищѣ.

Еще сравнительно недавно цинга была обычной спутницей акиама парусныхъ судовъ

во время продолжительныхъ морскихъ переходовъ. И здѣсь причиной цинги было отсутствіе свѣжей пищи, свѣжихъ пищевыхъ продуктовъ. Традиционнымъ предохранительнымъ средствомъ у моряковъ былъ лимонный сокъ, цѣлесообразность примѣненія котораго подтвердили новѣйшія изслѣдованія, показавшія, что изъ всѣхъ сортовъ фруктовъ, лимонъ вмѣстѣ с апельсинами, наиболѣе богаты витаминомъ С.

Если бы недостатокъ витаминовъ сказывался развитіемъ только такихъ рѣдкихъ или эпизодическихъ заобѣзьяній, какъ цинга, куриная слѣпота или берибери, то и сами витамины представляли бы интересъ только для узкихъ круговъ врачей и биологовъ. Но заобѣзьянія эти являются послѣдствіемъ авитаминоза—полнаго отсутствія витаминовъ.

В культурныхъ странахъ тяжелые случаи цинготнаго авитаминоза встрѣчаются весьма рѣдко, но зато сравнительно часто наблюдаются болѣе легкія расстройства, развивающіяся, вълѣдствіе относительнаго недостаточности витаминовъ. Симптомы имъ мѣшае характерны, и они могутъ прятаться подъ видомъ банальнаго малокровія или обычной нерастенія. У морскихъ свинокъ голубой легко вызвать тяжелое малокровіе, давая имъ пищу не содержащую витаминовъ. Не достаточно такой морской свинки, у которой цѣло кровяныя шарикомъ удале 2,5 миллионъ, дать немного лимоннаго сока, богатаго

витаминами, чтобы симптомы малокровія быстро исчезли и в теченіе нѣсколькихъ дней число красныхъ кровяныхъ шариковъ увеличилось бы вдвое.

Недостатокъ витаминовъ обусловлены многіе симптомы—слабость, отсутствіе аппетита, пищеварительныя расстройства и даже нѣкоторые проявленія типичной цинги, описанные у больныхъ, долгое время находившихся на строгомъ мясномъ режимѣ, безъ молока, яицъ и овощей.

Кромѣ перечисленныхъ выше разнообразныхъ симптомовъ, недостатокъ витаминовъ, особенно витамина А, ведетъ къ рѣзкому пониженію сопротивляемости къ инфекционнымъ заболеваниямъ.

Знаменитый физиологъ, профессоръ Ринне показалъ, что собаки, зараженные туберкулезомъ и получавшія в пищу вареное мясо, всѣ погибали отъ туберкулеза в теченіи 1—8 мѣсяцевъ, а контрольная животная, которымъ всырыскивалось такое же мясо туберкулезныхъ палочекъ, но, которымъ давалось сырое мясо, прекрасно выжила. Такая разниця обусловлена тѣмъ, что при варкѣ мяса, содержащагося в немъ витамины, разрушаются.

Итакъ, при выборѣ пищи не нужно забывать, что нѣзвестное количество витаминовъ необходимо, какъ для сохраненія равновѣсія организма, такъ и для защиты его отъ различныхъ инфекционныхъ заобѣзьяній. При нѣзкоторыхъ условіяхъ отсутствіе витаминовъ являетъ ся даже болѣе вреднымъ, чѣмъ

недостаточное питаніе.

Не имѣя возможности привести подробныя данныя относительно содержанія витаминовъ, в различныхъ пищевыхъ продуктахъ, отмѣтимъ только, что наиболѣе цѣнными в этомъ отношеніи являются значные желтки, молоко, апельсины, лимоны, помидоры, картофель и морковь, содержащіе всѣ три витамина. Масло, сметана, шпинатъ богаты витаминомъ А; орѣхи, мясо и—витаминомъ В. Овощи, фрукты и салаты—витаминомъ С. Не зато цѣльный рядъ продуктовъ, являющихся преимущественно составной частью питания жителей культурныхъ странъ, совершенно лишены витаминовъ; в нихъ не содержатся: белый хлѣбъ, макароны, бисквиты, манная крупа, рис, салатъ, сахаръ, конфеты, медъ, мясные консервы, мясные экстракты, сало, овощные консервы (кромѣ помидоровъ), а также чай, кофе, шоколадъ и пиво.

В общемъ, чѣмъ проще пища, чѣмъ меньше манипуляцій она претерпѣваетъ, прежде, чѣмъ попадетъ на столъ (сочетая зерно, консервированіе, сушка овощей и фруктовъ, стерилизація молока и т. п.), тѣмъ больше в ней витаминовъ. И нужно думать, что благодаря богатству витаминами, пророга деревенская, хотя и относительно грубая, пища, являющаяся однимъ изъ существенныхъ факторовъ, опосредствующихъ улучшенію здоровья жителей большихъ городовъ, попадающихъ в деревенскую обстановку.

Д-р В. Лихницкій.



Szykujcie się na wielki

**TYDZIEŃ ZABAWOWY**

na korzyść bezrobotnych

В Русском Домѣ

**БАЛ-МАСКАРАД**

18 февраля 1927 года

Найлучшим средством усиливающим  
**РЕВМАТИЗМ**  
ЛОМАННЯ, БИЛЬ ГОЛОВИ І СУВІВ  
ВІПРОБОВАНИЙ НА СОЛІ  
НАГОРОДЖЕНИЙ  
МЕДАЛЯМИ.

**ПЕРВОЛЬД-ФРАКЦИОН**

Дома зупи всі болі  
Винагулований склад ризикаків,  
АПТИКА МІКОЛАША

Аптека едифіція для  
перших боліх Государ.  
Обществ. Госпитала  
we Lwowie  
**Dr. Edward Griffel**  
Спеціаліст по нервовим бо-  
ліям приймаєт  
Лвів, ул. Пiekarska 3  
от 3-6 пополуночі

Obwieszczenie. 674/27

Коморник przy Sądzie Okręgowym w Równem, na powiat Rówieński Z. Kasprzykowski w Równem zamieszkały, na zasadzie art. 1030 Ust. Post. Cyw. ogłasza że dnia 22 lutego 1927 roku od godziny 10 rano w Równem, ul. 3 Maja 56 na miejscu przechowania przedmiotów, w cukelni Izydora Stępnika odbędzie się publiczna licytacja ruchomego majątku należącego do Izydora Stępnika oszacowanego na sumę 1350 Zł i składającego się z 1 bufetu, 80 krzeseł, 21 stolików, 4 stolików okrągłych, 2-eh luster.

Коморник Сądowy Kasprzykowski.

**САХАР**

песок  
мелкий  
в кусках  
(ниже рыночных цен)  
мука (пудра)  
(ниже рыночных цен)

Доставляю вагонами и меньшими партиями  
на выгодных условиях  
**Władysław Górny** Poznań, ul. Wielka 23  
tel. 5476

Продается  
большой каменный  
**ДОМ**  
и флигель  
по ул. Коперника № 28  
(без жильцов)  
Узнать у нотариуса Ку-  
чинского.

**Tapicer Dekorator**  
z WARSZAWY  
Reperuje różne meble, oraz  
robi nowe jak: otomany ma-  
terace, kołki i t. d. Gustow-  
nie zakłada firanki, portjery,  
rolety, szyje pokrowce. Ma  
chlubne świadectwa, może wy-  
jechać na prowincję.  
**GENY NAJTAŃSZE**  
Adres.  
Równo, ul. ks. Skorupki № 5  
dawniej Sadowa w domu P.  
Szczupaczynskiego T. Głębocki.

**Zgubiono** książeczkę woj-  
skową wydaną  
przez PKU w Równem w 1923 r  
na imię Banacha Stanisława.  
Czekać za nieważną.

**Д-р ЛЯШЕВСКИЙ**  
сифилис (606-914)

кожные венерические  
Прием мужчины 8—1 1/2, 5-7 1/2  
женщины 5—6.  
Улица 3-го мая  
№ 55.

**Женщина-врач**  
**М. Л. ТРУБАЧ**

Болезни кожные  
и венерические  
Прием от 9—1 и от 4—7  
ул. ПИЛУДСКАГО № 1.

**Др. П. Скровачевский**  
Специалист по болезням  
горла, носа, уха и глотки  
принимает от 3-5  
ЛВОВ, ул. ФРЕДЫ 6.

OD PÓŁ WIEKU POWSZECHNIE  
ZNANY ZE SKUTECZNOŚCI  
**ARAGO**  
ST. GÓRSKIEGO  
WARSZAWA  
**ODCISKI** ZADĄC WSZĘDZIE

**ZĘBY**  
**ZDROWE I BIAŁE**  
ZACHOWAĆ  
UŻYWAJĄC  
PROSZKI  
**AGATOL**  
**MENTOLIN**

**Д-р Д. ПОЛЯК**

Болезни кожные и венерич  
Прием от 10—1 и от 4—7  
ул. Мицкевича 34, во дворѣ.

**Д-р СМИГЕЛЬСКИЙ**

Сифилис, кожные и  
венерические болезни  
принимает больных:  
Женщины от 3—4 по полудни  
Мужчины от 8—10 утра и  
от 4—7 вечера  
Ул. 3 го Мая № 254.



ШОКОЛАД

**„ДОБРО“**  
самый лучший!

Из-во, Книготорговля и Газетная Энциклопедия

**„ДОБРО“**

Варшава, Праковское Преддверье 53. Телеф. 226-84.  
почт. адрес: Wydawnictwo „Dobro” Skrzynka 192,  
Warszawa, Konto czekowe w P.K.O. Nr. 9668.

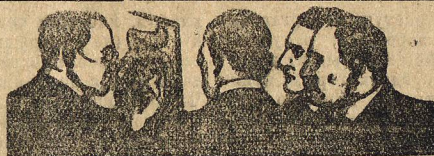
предлагает

Православный Церковно-Народный Календарь,  
2-е изд. Этот настольный календарь в художест-  
венной, многокрасочной обложке содержит: об-  
щая церковно-календарная свѣдѣнія, астрономи-  
ческий календарь, мѣсяцеслов по новому и старо-  
му стилям, алфавитный список святых, церк.-бо-  
гослужебныя замѣтки по старому стилю, церков-  
ныя власти и учреждения в Польшѣ, централь-  
ныя правительственныя учреждения в Польшѣ,  
русска, бѣлорусска и украинскія учреждения, пра-  
ва польскаго гражданства, почтово телеграфный  
тариф, народный календарь, народныя примѣты о  
погодѣ, научныя примѣты о погодѣ, календарь  
земледѣльца, садовода и огородника, календарь  
пчеловода, объявленія.

Цѣна 1 зл. без пересылки. Пересылка 1 экз.  
50 гр. 2-х экз. 60 гр. 3—4 экз. 70 гр. 5—10 экз. 90  
гр. наложенным платежом на 45—60 гр. дороже.  
ОТРЫВНОЙ КАЛЕНДАРЬ изд. „Добро” распродан

Большой выбор книг.

Перепродавцам скидка. Требуется бесплатно ката-  
логи и проспекты.



**ОВЕРЕГАЙТЕ ЗДОРОВЬЕ**

Волной желудок является главной причиной возни-  
новения разнообразных болезней, засоряет кровь, влѣд-  
ствие чего происходит плохой обмен веществ

**Ziola z Gór Marcu D-ra Lauera**

идеальное средство для оздоровления желудка, уничто-  
жая запоры являются хорошим очищающим средством  
облегчает деятельность органов пищеварения, укрепля-  
ют организм и возбуждают аппетит.

**Ziola z Gór Marcu D-ra Lauera**

уничтожают болезнь печени, почек, желчных камней  
геморроидальная боли, ревматизм, артритизм, боли го-  
ловы схим и лишаи

**Ziola z Gór Marcu D-ra Lauera**

были награждены на медицинских выставках наивысши-  
ми похвалами и золотыми медалями в Баденѣ, Берли-  
нѣ, Лондонѣ, Вѣнѣ, Парижѣ и во многих других мѣста.

Цѣна 1/4 коробки зл. 1,50, двойной зл. 2,50

Продажа в аптеках и аптекарских магазинах.

Приѣзжайте! Остерегайтесь ничего не стоящих подделок

Представитель на Польшу: **JÓZEF GROSSMAN**

Warszawa, Chmielna 49.

**DLA MŁYNOW I TARTAKOW**

**TARCZE POPŁOWE (transmisyjne)**

z drzewa wszystkich wielkości na suchy i mokry popłód

WYKONUJE

FABRYKA WYROBÓW DRZEWNYCH

**„KULIKI“**

BRODY — Małopolska

Читайте Волинское Слово

Редактор изд. И. Мухия  
Друкарня Fejgela i Litwaka Równo ul. XIII. Dyw 2